

МАДОУ «Волотой ключик»  
Директор

Утверждаю:  
Н.Г. Гурьянова  
«29» июля 2025г.



**МЕНЮ**  
**«30» июля 2025 год**  
**Подготовительная к школе группа**  
**с 6 до 7 лет**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, грамм	Калорийность, Ккал.
<b>I Завтрак</b>		
Каша ячневая молочная	200	209,26
Бутерброд с маслом	25/5	101,26
Чай с молоком	200	102,27
<b>II Завтрак</b>		
Йогурт	120	165,60
<b>Обед</b>		
Салат из свежих помидоров и болгарского перца	40	44,54
Щи из свежей капусты с картофелем	200	104,09
Печень говяжья по-строгановски	70	157,11
Рис отварной	130	171,85
Компот из изюма	200	79,14
Хлеб ржаной	15	29,22
Хлеб пшеничный	10	23,44
<b>Ужин</b>		
Салат из моркови и яблок	50	62,32
Сырники из творога запеченные	150	322,65
Соус фруктовый	50	67,67
Напиток яблочный	200	73,88
Хлеб пшеничный	30	70,32

Итого калорийность: 1784,62 Ккал.